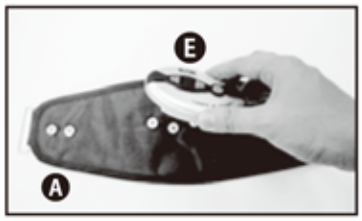
クイックスタート&簡単巻き方ガイド

ABS&CORE をはじめて、お使いになる方にベルトの組み立て方・巻き方を説明します。
別冊の取扱説明書で警告や注意事項を良くお読みになった上で使用を開始してください。

≪組み立て≫

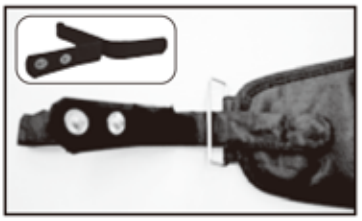
本体ベルトを使用するのに必要なもの

A. お腹専用ベルト（正面）
B. 背中専用ベルト（背面）
C. 接続ベルト
D. 本体専用ベルト
E. コントローラー



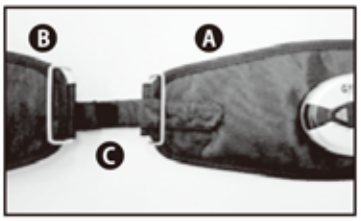
まずはコントローラーEに電池を入れ、お腹専用ベルト（3つのホックが中央にある側）にカチッと音がするように取りつけます。

接続ベルトCを、マジックテープを上にしてご用意ください。
お腹専用ベルトA左側の金具に通し、ホックを2個共取りつけます。

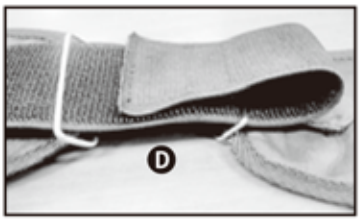


組立て時は短く折りたたみ、装着時にウエストサイズに合わせご調整ください。

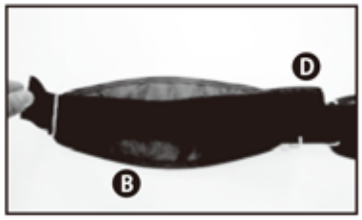
背中専用ベルトBをご用意ください。端に2つのホックがある側を、接続ベルトCの留め具に重ねるようにして取りつけてください。



お腹専用ベルトA、背中専用ベルトBの2つのベルトが接続ベルトCで繋がった形になります。
本体専用ベルトDを、マジックテープを上にしてご用意ください。

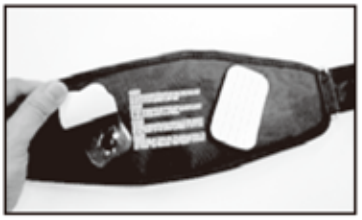


接続部分の金具2つに本体専用ベルトDを左から通します。
右端を短く折り返し、写真のように巻きつけるように固定します。



背中専用ベルトBの上に本体専用ベルトDが重なるようにのばし、図のように左側の金具に通します。これで組み立ては終了です。

ご使用になる際は、ベルトを裏返し内側を上にして、付属の専用パッドをホックに取りつけます。お腹専用ベルト・背中専用ベルトに2枚ずつ、計4枚です。



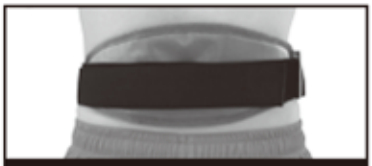
使用する直前に保護シートをはがして、肌に密着させてください。
ピッタリ貼らないと動作が正しく行われません。

≪巻き方≫

組み立てたベルトを図のようにお腹周りに装着してください。

【正面イメージ】

【側面イメージ】

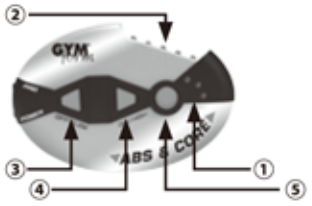


【背面イメージ】

≪コントローラーを使ってみよう≫

使用前に、コントローラーに電池（単４電池２本）を入れてください。
ベルトを巻いたら、コントローラーのこのボタンで開始！！

③ OFF/LOW ボタン　④ ON/HIGH ボタン　⑤ モードボタン



電源を入れてみよう！

コントローラー前面のオレンジのボタン３つのうち、真ん中のボタン④を１度押すと、待機状態になります。もう１度ボタン④を押すと動作が開始されます。

強さを変更してみよう！

続けてボタン④を押すと、電流の強さが１段階上がります。ボタン④を押した回数だけ強さの段階が上がり、最大１０段階まで上がります。電流の強さはランプ②の点灯表示でお知らせします。（光る数が多いほど強いです）電流を弱くする場合は、ボタン③を押すと電流の強さが１段階下がります。電源を切りたい時はボタン③をランプが消えるまで押してください。

モードを変更してみよう！

オレンジの丸いボタン⑤を押すと、モードが変わります。ボタン⑤を押すたびにモードが変わります。ランプ①の点灯表示で確認できます。モード変更後は電流の強さが０になります。**モードを変更してみよう！**をご参照にしてください。

アブス&コアは、自動的に約 10 分間で電源が切れ終了します。

ここをチェック！！

- □ 全てのベルトのボタンホック・コントローラーのホックはしっかりはまっている。
- □ コントローラーがベルトにしっかり留めてある。
- □ 専用パッドをベルト内側ボタンホック部分に４か所とも取り付けてある。
- □ パッドの保護シールをはがしてある（保護シールをつけたまま・衣類の上からでは作動しません）。
- □ パッドが直接地肌に密着している（１か所でも浮いていると作動しません）。
- □ コントローラーに電池（単４電池２本）を正しく入れてある。

コントローラーを使用する前に上記チェックポイントを再確認してください。
『動かない・何も感じない』場合の多くが、この６つが原因です。